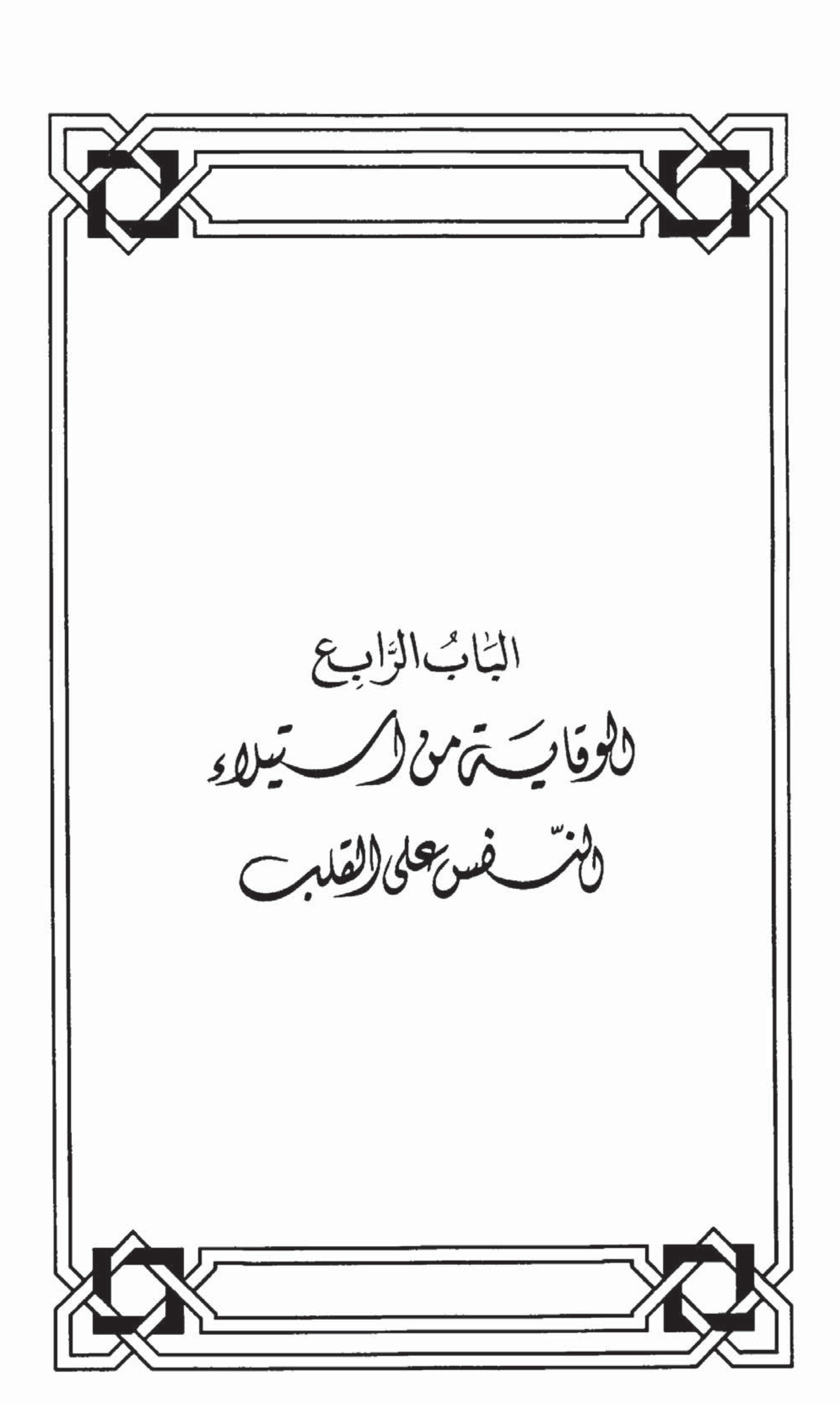


الباب الرابع

الوقاية من استيلاء النفس على القلب

الفصل الأول

منشأ أمراض القلب من النفس

[التعوذ من شرور النفس]:

هذا الباب كالأساس والأصل لما بعده من الأبواب.

فإن سائر أمراض القلب إنما تنشأ من جانب النفس، فالموادُّ الفاسدة كلها إليها تنصبُّ، ثم تنبعث منها إلى الأعضاء. وأول ما تنال القلب.

وقد كان رسول الله ﷺ يقول في خطبة الحاجة: (الحمد لله نستعينه ونستهديه، ونستغفره، ونعوذ بالله من شرور أنفسنا وسيئات أعمالنا)[1].

وفي (المسند) والترمذي من حديث حُصين بن عبيد أن رسول الله ﷺ قال له: (يا حُصين، كم تعبد؟) قال: سبعة، ستة في الأرض وواحد في السماء، قال: (فمن الذي تُعِدُّ لرَغبتك ورَهبتك؟) قال: الذي في السماء. قال: (أسْلِمْ حتى أعلمك كلمات ينفعك الله بها) فأسلم. فقال: قل: (اللهم ألهمني رشدي. وقِني شرّ نفسي)[2].

وقد استعاذ ﷺ من شرها عموماً، ومن شر ما يتولَّد منها من الأعمال، ومن شر ما يترتب على ذلك من المكاره والعقوبات، وجمع بين الاستعاذة من شر النفس ومن سيئات الأعمال. وفيه وجهان:

أحدهما: أنه من باب إضافة النوع إلى جنسه، أي أعوذ بك من هذا النوع من الأعمال.

---

(١) أخرجه أبو داود (٢١١٨)؛ وكذا أصحاب السنن.

(٢) أخرجه الترمذي (٣٤٨٣).

والثاني : أن المراد به عقوبات الأعمال التي تسوء صاحبها .

فعلى الأول : يكون قد استعاذ من صفة النفس وعملها .

وعلى الثاني : يكون قد استعاذ من العقوبات وأسبابها .

ويدخل العمل السيئ في شر النفس. فهل المعنى : ما يسوؤني من جزاء عملي ، أو من عملي السيئ ؟ .

وقد يترجح الأول ، فإن الاستعاذة من العمل السيئ بعد وقوعه إنما هي استعاذة من جزائه وموجبه ؛ وإلا فالموجود لا يمكن رفعه بعينه .

[النفس حاجز بين القلب وخالقه]:

وقد اتفق السالكون إلى الله على اختلاف طرقهم وتباين سلوكهم : على أن النفس قاطعة بين القلب وبين الوصول إلى الرب ، وأنه لا يُدخَلُ عليه سبحانه ولا يوصل إليه إلا بعد إماتتها وتركها بمخالفتها والظفر بها .

فإن الناس على قسمين :

قسم ظفرت به نفسه ، فملكته وأهلكته ، وصار طوعاً لها تحت أوامرها .

وقسم ظفروا بنفوسهم فقهروها ، فصارت طوعاً لهم منفذة لأوامرهم .

قال بعض العارفين : انتهى سفر الطالبين إلى الظفر بأنفسهم . فمن ظفر بنفسه أفلح وأنجح ومن ظفرت به نفسه خسر وهلك . قال تعالى : ﴿ فَأَمَّا مَن طَغَىٰ ﴿٣٧﴾ وَءَاثَرَ ٱلْحَيَوٰةَ ٱلدُّنْيَا ﴿٣٨﴾ فَإِنَّ ٱلْجَحِيمَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ﴿٣٩﴾ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفْسَ عَنِ ٱلْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ ٱلْجَنَّةَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ﴾ [النازعات : ٣٧ ـ ٤١] .

فالنفس تدعو إلى الطغيان ، وإيثار الحياة الدنيا .

والرب تعالى يدعو عبده إلى خوفه ونهي النفس عن الهوى .

والقلب بين الداعيين ، يميل إلى هذا الداعي مرة وإلى هذا مرة .

وهذا موضع المحنة والابتلاء.

[صفات للنفس، أم نفوس؟]:

وقد وصف سبحانه النفس في القرآن بثلاثة صفات: المطمئنة، والأمّارة بالسوء، واللوّامة.

فاختلف الناس: هل النفس واحدة، وَهذه أوصاف لها. أم للعبد ثلاث أنفس؟: نفس مطمئنة، ونفس لوامة، ونفس أمارة.

فالأول: قول الفقهاء والمتكلمين، وجمهور المفسرين، وقول محققي الصوفية.

والثاني: قول كثير من أهل التصوف.

والتحقيق: أنه لا نزاع بين الفريقين؛ فإنها واحدة باعتبار ذاتها، وثلاث باعتبار صفاتها. فإذا اعتبرت بنفسها فهي واحدة، وإن اعتبرت مع كل صفة دون الأخرى فهي متعددة، وما أظنهم يقولون إن لكل أحد ثلاث أنفس: كل نفس قائمة بذاتها، مساوية للأخرى في الحدّ والحقيقة، وأنه إذا قبض العبد قبضت له ثلاث أنفس، كل واحدة مستقلة بنفسها.

وحيث ذكر سبحانه النفس، وأضافها إلى صاحبها؛ فإنما ذكرها بلفظ الإفراد، وهكذا في سائر الأحاديث، ولم يجيء في موضع واحد (نفوسك) و(نفوسه) ولا (أنفسك) و(أنفسه) وإنما جاءت مجموعة عند إرادة العموم، كقوله: ﴿ وَإِذَا ٱلنُّفُوسُ زُوِّجَتْ ﴾ [التكوير: ٧]، أو عند إضافتها إلى الجمع؛ كقوله: (إنما أنفسنا بيد الله)[1] ولو كانت في الإنسان ثلاثة أنفس لجاءت مجموعة إذا أضيفت إليه ولو في موضع واحد.

* * *

(١) هو جزء من حديث طويل أخرجه مسلم برقم (٦٨٠).

الفصل الثاني

النفوس بحسب صفاتها

[النفس المطمئنة]:

فالنفس إذا سكنت إلى الله، واطمأنت بذكره، وأنابت إليه واشتاقت إلى لقائه، وأنست بقربه، فهي مطمئنة.

وهي التي يقال لها عند الوفاة: ﴿يَٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفْسُ ٱلْمُطْمَئِنَّةُ ۝٢٧ ٱرْجِعِىٓ إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً﴾ [الفجر: ٢٧ ـ ٢٨].

قال ابن عباس: «يا أيتها النفس المطمئنة» يقول: المصدقة.

وقال قتادة: هو المؤمن، اطمأنت نفسه إلى ما وعد الله.

وقال الحسن: المطمئنة بما قال الله، والمصدقة بما قال.

وقال مجاهد: هي المنيبة المخبتة التي أيقنت أن الله ربها، وضربت جاشاً لأمره وطاعته[1]، وأيقنت بلقائه.

وحقيقة الطمأنينة: السكون والاستقرار، فهي التي قد سكنت إلى ربها وطاعته وأمره وذكره، ولم تسكن إلى سواه، فقد اطمأنت إلى محبته وعبوديته وذكره، واطمأنت إلى أمره ونهيه وخبره، واطمأنت إلى لقائه ووعده، واطمأنت إلى التصديق بحقائق أسمائه وصفاته، واطمأنت إلى الرضى به رباً، وبالإسلام ديناً، وبمحمد رسولاً، واطمأنت إلى قضائه وقدره، واطمأنت إلى كفايته وحَسْبِهِ وضمانه.

---

(١) أي قرت عيناً واطمأنت. وفي اللغة: جاش إليه: أقبل.

فاطمأنت بأنه وحده ربها وإلـهها ومعبودها ومليكها ومالك أمرها كله، وأن مرجعها إليه، وأنها لا غنى لها عنه طرفة عين.

[النفس الأمارة بالسوء]:

وإذا كانت بضد ذلك فهي أمارة بالسوء تأمر صاحبها بما تهواه: من شهوات الغيّ، واتباع الباطل، فهي مأوى كل سوء، إن أطاعها قادته إلى كل قبيح وكل مكروه.

وقد أخبر سبحانه أنها أمارة بالسوء، ولم يقل: «آمرة» لكثرة ذلك منها، وأنه عادتها ودأبها إلا إذا رحمها الله وجعلها زاكية تأمر صاحبها بالخير، فذلك من رحمه الله، لا منها. فإنها بذاتها أمارة بالسوء؛ لأنها خلقت في الأصل جاهلة ظالمة، والعدل والعلم طارئ عليها بإلهام ربها وفاطرها لها ذلك، فإذا لم يلهمها رشدها بقيت على ظلمها وجهلها. فلم تكن إلا أمارة لموجب الجهل والظلم، فلولا فضل الله ورحمته على المؤمنين ما زكت منهم نفس واحدة.

فإذا أراد سبحانه بها خيراً جعل فيها ما تزكو به وتصلح: من الإرادات والتصورات، وإذا لم يرد بها ذلك تركها على حالها التي خلقت عليها من الجهل والظلم.

وسبب الظلم: إما جهل، وإما حاجة. وهي في الأصل جاهلة. والحاجة لازمة لها، فلذلك كان أمرها بالسوء لازماً لها إن لم تدركها رحمة الله وفضله.

وبهذا يعلم أن ضرورة العبد إلى ربه فوق كل ضرورة، ولا تشبهها ضرورة تقاس بها، فإنه إن أمسك عنه رحمته وتوفيقه وهدايته طرفة عين خسر وهلك.

[النفس اللوامة]:

وأما اللوامة:

فاختلف في اشتقاق هذه اللفظة، هل هي من التلوم، وهو التلون والتردد، أو من اللوم؟.

وعبارات السلف تدور على هذين المعنيين.

قال سعيد بن جبير: قلت لابن عباس: ما اللوامة؟ قال: هي النفس اللؤوم.

وقال مجاهد: هي التي تُنَدِّم على ما فات وتلوم عليه.

وقال قتادة: هي الفاجرة.

وقال عكرمة: تلوم على الخير والشر.

قال عطاء عن ابن عباس: كل نفس تلوم نفسها يوم القيامة، تلوم المحسنَ نفسُه أن لا يكون ازداد إحساناً، وتلوم المسيءَ نفسُه أن لا يكون رجع عن إساءته.

وقال الحسن: إن المؤمن ـ والله ـ ما تراه إلا يلوم نفسه على كل حالاته، يستقصرها في كل ما يفعل فيندم ويلوم نفسه، وإن الفاجر لَيَمْضِي قُدُماً لا يعاتب نفسه.

فهذه عبارات من ذهب إلى أنها من اللوم.

وأما من جعلها من التلوم فلكثرة ترددها وتلومها، وأنها لا تستقر على حال واحدة.

والأول أظهر؛ فإن هذا المعنى لو أريد لقيل: المتلومة. كما يقال: المتلونة والمترددة. ولكن هو من لوازم القول الأول، فإنها لتلومها وعدم

ثباتهـا تفعل الشيء ثم تلوم عليه. فالتلوّم من لوازم اللوم.

[تقلب النفس]:

والنفس قد تكون تارة أمارة، وتارة لوامة، وتـارة مطمئنة، بل في اليـوم الواحد والساعة الواحدة يحصل منها هذا وهذا وهذا. والحكم للغالب عليها من أحوالها.

وكونها مطمئنة وصف مدح لها.

وكونها أمَّارة بالسوء وصف ذم لها.

وكونها لوامة ينقسم إلى المدح والذم، بحسب ما تلوم عليه.

* * *

الفصل الثالث

علاج مرض القلب بمحاسبة النفس

[علاج مرض القلب]:

والمقصود: ذكر علاج مرض القلب باستيلاء النفس الأمارة عليه. وله علاجان:

محاسبتها.

ومخالفتها.

وهلاك القلب من إهمال محاسبتها، ومن موافقتها واتباع هواها.

وفي الحديث الذي رواه أحمد وغيره من حديث شداد بن أوس قال: قال رسول الله ﷺ: (الكَيِّس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت، والعاجز من أتبع نفسه هواها، وتمنَّى على الله)(١).

دان نفسه: أي حاسبها.

[أقوال السلف في محاسبة النفس]:

وذكر الإمام أحمد عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه أنه قال: حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، وزنوا أنفسكم قبل أن توزنوا، فإنه أهون عليكم في الحساب غداً أن تحاسبوا أنفسكم اليوم، وتَزَيّنوا للعرض الأكبر يومئذ تعرضون لا تخفى منكم خافية.

---

(١) أخرجه الترمذي برقم (٢٤٥٩)؛ وابن ماجه (٤٢٦٠).

وذكر أيضاً عن الحسن قال: لا تلقى المؤمن إلا يحاسب نفسه: ما أردت بكلمتي ما أردت بأكلتي؟ ما أردت بشربتي، والفاجر يمضي قُدُماً قدماً لا يحاسب نفسه.

وقال قتادة في قوله تعالى: ﴿ وَكَانَ أَمْرُهُۥ فُرُطًا﴾ [الكهف: ٢٨]: أضاع نفسه وغبن، مع ذلك تراه حافظاً لماله مضيعاً لدينه.

وقال الحسن: إن العبد لا يزال بخير ما كان له واعظ من نفسه، وكانت المحاسبة من همته.

وقال ميمون بن مهران: لا يكون العبد تقياً حتى يكون لنفسه أشد محاسبة من الشريك لشريكه؛ ولهذا قيل: النفس كالشريك الخوّان، إن لم تحاسبه ذهب بمالك.

وقال ميمون بن مهران أيضاً: إن التقي أشد محاسبة لنفسه من سلطان عاص، ومن شريك شحيح.

وذكر الإمام أحمد عن وهب قال: مكتوب في حكمة آل داود: حق على العاقل: أن لا يغفل عن أربع ساعات: ساعة يناجي فيها ربه، وساعة يحاسب فيها نفسه، وساعة يخلو فيها مع إخوانه الذين يخبرونه بعيوبه ويصدقونه عن نفسه، وساعة يخلي فيها بين نفسه وبين لذاتها فيما يحل ويجمل، فإن في هذه الساعة عونٌ على تلك الساعات، وإجمامٌ للقلوب.

وقد روى هذا مرفوعاً من كلام النبي ﷺ رواه أبو حاتم وابن حبان وغيره.

وكان الأحنف بن قيس يجيء إلى المصباح، فيضع أصبعه فيه، ثم يقول: حِسّ يا حنيف ما حملك على ما صنعت يوم كذا؟ ما حملك على ما صنعت يوم كذا؟.

وكتب عمر بن الخطاب رضي الله عنه إلى بعض عماله: حاسب نفسك في الرخاء قبل حساب الشدة، فإن من حاسب نفسه في الرخاء قبل حساب الشدة عاد أمره إلى الرضى والغبطة، ومن ألهته حياته وشغلته أهواؤه عاد أمره إلى الندامة والخسارة.

وقال الحسن: المؤمن قَوّام على نفسه، يحاسب نفسه لله، وإنما خفّ الحساب يوم القيامة على قوم حاسبوا أنفسهم في الدنيا، وإنما شقّ الحساب يوم القيامة على قوم أخذوا هذا الأمر من غير محاسبة. إن المؤمن يفاجئه الشيء يعجبه، فيقول: والله إني لأشتهيك. وإنك لمن حاجتي، ولكن والله ما من صلة إليك، هيهات هيهات. حيل بيني وبينك، ويفرط منه الشيء فيرجع إلى نفسه، فيقول: ما أردت إلى هذا؟ ما لي ولهذا؟ والله لا أعود إلى هذا أبداً، إن المؤمنين قوم أوقفهم القرآن وحال بينهم وبين هلكتهم، إن المؤمن أسير في الدنيا يسعى، في فكاك نفسه، لا يأمن شيئاً حتى يلقى الله؛ يعلم أنه مأخوذ عليه في سمعِه وفي بصره، وفي لسانه، وفي جوارحه، مأخوذ عليه في ذلك كله.

قال مالك بن دينار: رحم الله عبداً قال لنفسه: ألست صاحبة كذا؟ ألست صاحبة كذا؟ ثم زمها[1]، ثم خطمها، ثم ألزمها كتاب الله عز وجل، فكان لها قائداً.

[مثال في كيفية محاسبة النفس]:

وقد مثلت النفس مع صاحبها بالشريك في المال.

فكما أنه لا يتم مقصود الشركة من الربح إلا بالمشارطة على ما يفعل الشريك أولاً.

---

(١) الزم: خرق الأنف، لوضع الزمام والخطام فيه.

ثم بمطالعة ما يعمل، والإشراف عليه ومراقبته ثانياً.

ثم بمحاسبته ثالثاً.

ثم بمنعه من الخيانة إن اطلع عليه رابعاً.

فكذلك النفس: يشارطها أولاً على حفظ الجوارح السبعة التي حفظها هو رأس المال. والربح بعد ذلك، فمن ليس له رأس مال، فكيف يطمع في الربح؟.

وهذه الجوارح السبعة[1]، وهي العين، والأذن، والفم، والفرج، واليد، والرجل: هي مركب العطب والنجاة، فمنها عطب من عطب بإهمالها. وعدم حفظها، ونجا من نجا بحفظها ومراعاتها، فحفظها أساس كل خير، وإهمالها أساس كل شر.

قال تعالى: ﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَـٰرِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ﴾ [النور: ٣٠].

وقال: ﴿وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَن تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَن تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا﴾ [الإسراء: ٣٧].

وقال: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَـٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا﴾ [الإسراء: ٣٦].

وقال: ﴿وَقُل لِّعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ﴾ [الإسراء: ٥٣].

وقال: ﴿يَـٰأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا﴾ [الأحزاب: ٧٠].

---

(١) ذكر المصنف ستة فقط.

وقال: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ﴾ [الحشر: ١٨].

فإذا شارطها على حفظ هذه الجوارح انتقل منها إلى مطالعتها والإشراف عليها ومراقبتها، فلا يهملها، فإنه إن أهملها لحظة رتعت في الخيانة ولا بد، فإن تمادى على الإهمال تمادت في الخيانة حتى تُذْهِبَ رأس المال كله، فمتى أحسّ بالنقصان انتقل إلى المحاسبة.

فحينئذٍ يتبين له حقيقة الربح والخسران، فإذا أحس بالخسران وتيقنه استدرك منها ما يستدركه الشريك من شريكه: من الرجوع عليه بما مضى، والقيام بالحفظ والمراقبة في المستقبل.

ولا مطمع له في فسخ عقد الشركة مع هذا الخائن، والاستبدال بغيره، فإنه لا بد منه فليجتهد في مراقبته ومحاسبته، وليحذر من إهماله.

[ما يعين على المحاسبة]:

ويعينه على هذه المراقبة والمحاسبة: معرفته أنه كلما اجتهد فيها اليوم استراح منها غداً إذا صار الحساب إلى غيره، وكلما أهملها اليوم اشتد عليه الحساب غداً.

ويعينه عليها أيضاً: معرفته أن ربح هذه التجارة سكنى الفردوس، والنظر إلى وجه الرب سبحانه، وخسارتها: دخول النار والحجاب عن الرب تعالى، فإذا تيقن هذا هان عليه الحساب اليوم.

فحق على الحازم المؤمن بالله واليوم الآخر أن لا يغفل عن محاسبة نفسه والتضييق عليها في حركاتها وسكناتها وخطراتها وخطواتها، فكل نَفَسٍ من أنفاس العمر جوهرة نفيسة لا خطر لها، يمكن أن يشتري بها كنزاً من الكنوز لا يتناهى نعيمه أبد الآباد.

فإضاعة هذه الأنفاس، أو اشتراء صاحبها بها ما يجلب هلاكه: خسران عظيم لا يسمح بمثله إلا أجهل الناس وأحمقهم وأقلهم عقلاً. وإنما يظهر له حقيقة هذا الخسران يوم التغابن ﴿يَوْمَ تَجِدُ كُلُّ نَفْسٍ مَّا عَمِلَتْ مِنْ خَيْرٍ مُّحْضَرًا وَمَا عَمِلَتْ مِن سُوٓءٍ تَوَدُّ لَوْ أَنَّ بَيْنَهَا وَبَيْنَهُۥٓ أَمَدًۢا بَعِيدًا﴾ [آل عمران: ٣٠].

* * *

الفصل الرابع

محاسبة النفس

ومحاسبة النفس نوعان: نوع قبل العمل ونوع بعده.

[محاسبة النفس قبل العمل]:

فأما النوع الأول: فهو أن يقف عند أول همته وإرادته، ولا يبادر بالعمل حتى يتبين له رجحانه على تركه.

قال الحسن رحمه الله: رحم الله عبداً وقف عند هَمِّه، فإن كان لله مضى، وإن كان لغيره تأخر.

وشرح هذا بعضهم فقال: إذا تحركت النفس لعمل من الأعمال وهَمَّ به العبد، وقف أوّلاً ونظر: هل ذلك العمل مقدور له أو غير مقدور ولا مستطاع؟.

فإن لم يكن مقدوراً لم يقدم عليه.

وإن كان مقدوراً وقف أخرى ونظر: هل فعلُه خير له من تركه، أو تركه خير له من فعله؟.

فإن كان الثاني تركه ولم يقدم عليه.

وإن كان الأول وقف وقفة ثالثة ونظر: هل الباعث عليه إرادة وجه الله وثوابه أو إرادة الجاه والثناء والمال من المخلوق؟.

فإن كان الثاني لم يقدم عليه ـ وإن أفضى به إلى مطلوبه ـ لئلا تعتاد

النفس الشرك. ويخفّ عليها العمل لغير الله، فبقدر ما يخف عليها ذلك يثقل عليها العمل لله، حتى يصير أثقل شيء عليها.

وإن كان الأول وقف وقفة أخرى، ونظر: هل هو مُعان عليه، وله أعوان يساعدونه وينصرونه إذا كان العمل محتاجاً إلى ذلك أم لا؟ فإن لم يكن له أعوان أمسك عنه، كما أمسك النبي ﷺ عن الجهاد بمكة حتى صار له شَوْكة وأنصار. وإن وجده مُعاناً عليه فليقدم عليه فإنه منصور.

ولايفوّت النجاحَ إلا مَنْ فَوّتَ خصلة من هذه الخصال، وإلا فمع اجتماعها لا يفوتُه النجاح.

فهذه أربع مقامات يحتاج إلى محاسبة نفسه عليها قبل الفعل.

فما كل ما يريد العبد فعله يكون مقدوراً له.

ولا كل ما يكون مقدوراً له يكون فعله خيراً له من تركه.

ولا كل ما يكون فعله خيراً له من تركه يفعله لله.

ولا كل ما يفعله لله يكون معاناً عليه.

فإذا حاسب نفسه على ذلك تبين له ما يقدم عليه، وما يحجم عنه.

[محاسبة النفس بعد العمل]:

النوع الثاني: محاسبة النفس بعد العمل، وهو ثلاثة أنواع:

أحدها: محاسبتها على طاعة قصّرت فيها من حق الله؛ فلم توقعها على الوجه الذي ينبغي.

وحق الله في الطاعة ستة أمور قد تقدمت، وهي: الإخلاص في العلم، والنصيحة لله فيه، ومتابعة الرسول فيه، وشهود مشهد الإحسان فيه، وشهود مِنَّة الله عليه فيه، وشهود تقصيره فيه بعد ذلك كله.

فيحاسب نفسه: هل وَفَّى هذه المقامات حقها؛ وهل أتى بها في هذه الطاعة.

الثاني: أن يحاسب نفسه على كل عمل كان تركُه خيراً له من فعله.

الثالث: أن يحاسب نفسه على أمر مباح، أو معتاد: لِمَ فعله؟ وهل أراد به الله والدار الآخرة؟ فيكون رابحاً، أو أراد به الدنيا وعاجلها؛ فيخسر ذلك الربح ويفوته الظفر به.

[ضرر ترك محاسبة النفس]:

وأضر ما عليه: الإهمال، وترك المحاسبة والاسترسال، وتسهيل الأمور وتمشيتها، فإن هذا يؤول به إلى الهلاك، وهذه حال أهل الغرور: يغمض عينيه عن العواقب، ويُمَشِّي الحال، ويتكل على العفو؛ فيهمل محاسبة نفسه، والنظر في العاقبة. وإذا فعل ذلك سهل عليه مواقعة الذنوب، وأنس بها، وعسر عليه فِطَامها، ولو حضره رشده لعلم أن الحمية أسهل من الفطام وترك المألوف والمعتاد.

قال ابن أبي الدنيا: حدثني رجل من قريش، ذكر أنه من ولد طلحة ابن عبيد الله قال: كان تَوْبَةُ بن الصِّمَّة بالرّقَّةِ، وكان محاسباً لنفسه، فحسب يوماً، فإذا هو ابن ستين سنة، فحسب أيامها، فإذا هي أحد وعشرون ألف يوم وستمائة يوم، فصرخ، وقال: يا ويلتي! ألقى ربي بأحد وعشرين ألف ذنب؟ كيف وفي كل يوم آلاف من الذنوب؟. ثم خَرَّ مَغْشِيّاً عليه، فإذا هو ميت، فسمعوا قائلاً يقول: يا لكِ رَكْضَةً إلى الفردوس الأعلى.

[المحاسبة على الإخلاص والمتابعة]:

وجماع ذلك:

أن يحاسب نفسه أوّلاً على الفرائض، فإن تذكر فيها نقصاً تداركه، إما بقضاء أو إصلاح.

ثم يحاسبها على المناهي، فإن عرف أنه ارتكب منها شيئاً تداركه بالتوبة والاستغفار والحسنات الماحية.

ثم يحاسب نفسه على الغفلة، فإن كان قد غفل عما خلق له تداركه بالذكر والإقبال على الله.

ثم يحاسبها بما تكلم به، أو مشت إليه رجلاه، أو بطشت يداه، أو سمعته أذناه: ماذا أرادت بهذا؟ ولمن فعلته؟ وعلى أي وجه فعلته؟ ويعلم أنه لا بد أن يُنشر لكل حركة وكلمة منه ديوانان: ديوان لمن فعلتَه؟ وكيف فعلتَه؟.

فالأول سؤال عن الإخلاص.

والثاني سؤال عن المتابعة[1].

وقال تعالى: ﴿ فَوَرَبِّكَ لَنَسْـَٔلَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿٩٢﴾ عَمَّا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٩٣﴾ ﴾ [الحجر: ٩٢ـ٩٣].

وقال تعالى: ﴿ فَلَنَسْـَٔلَنَّ ٱلَّذِينَ أُرْسِلَ إِلَيْهِمْ وَلَنَسْـَٔلَنَّ ٱلْمُرْسَلِينَ ﴿٦﴾ فَلَنَقُصَّنَّ عَلَيْهِم بِعِلْمٍ ۖ وَمَا كُنَّا غَآئِبِينَ ﴾ [الأعراف: ٦ـ٧].

وقال تعالى: ﴿ لِّيَسْـَٔلَ ٱلصَّٰدِقِينَ عَن صِدْقِهِمْ ۚ ﴾ [الأحزاب: ٨].

فإذا سئل الصادقون وحوسبوا على صدقهم فما الظن بالكاذبين؟.

قال مقاتل يقول تعالى: أخذنا ميثاقهم لكي يسأل الله الصادقين ـ يعني النبيين ـ عن تبليغ الرسالة.

وقال مجاهد: يسأل المبلغين المؤدين عن الرسل ـ يعني: هل بلغوا عنهم ـ كما يسأل الرسل، هل بلغوا عن الله.

---

(١) المتابعة: المقصود بها: متابعة الرسول ﷺ والعمل بسنته.

والتحقيق: أن الآية تتناول هذا وهذا، فالصادقون هم الرسل، والمبلغون عنهم، فيسأل الرسل عن تبليغ رسالاته ويسأل المبلغين عنهم عن تبليغ مابلغهم الرسل، ثم يسأل الذين بلغتهم الرسالة ماذا أجابوا المرسلين، كما قال تعالى: ﴿ وَيَوْمَ يُنَادِيهِمْ فَيَقُولُ مَاذَآ أَجَبْتُمُ ٱلْمُرْسَلِينَ ﴾ [القصص: ٦٥].

قال قتادة: كلمتان يسأل عنهما الأولون والآخرون:

ماذا كنتم تعبدون؟.

وماذا أجبتم المرسلين؟.

فيسأل عن المعبود وعن العبادة.

وقال تعالى: ﴿ ثُمَّ لَتُسْـَٔلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ ٱلنَّعِيمِ ﴾ [التكاثر: ٨].

قال محمد بن جرير: يقول تعالى: ثم ليسألنكم الله عزَّ وجلّ عن النعيم الذي كنتم فيه في الدنيا: ماذا عملتم فيه؟ من أين وصلتم إليه؟ وفيم أصبتموه؟ وماذا عملتم به؟.

وقال قتادة: إن الله يسأل كل عبد عما استودعه من نعمه وحقه.

والنعيم المسؤول عنه نوعان: نوع أخذ من حله وصرف في حقه، فيسأل عن شكره. ونوع أخذ بغير حله وصرف في غير حقه، فيسأل عن مستخرجه ومصرفه.

فإذا كان العبد مسؤولاً ومحاسباً على كل شيء، حتى على سمعه وبصره وقلبه، كما قال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلسَّمْعَ وَٱلْبَصَرَ وَٱلْفُؤَادَ كُلُّ أُوْلَٰٓئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْـُٔولًا ﴿٣٦﴾ ﴾ [الإسراء: ٣٦]؛ فهو حقيق أن يحاسب نفسه قبل أن يناقش الحساب.

[وجوب محاسبة النفس]:

وقد دل على وجوب محاسبة النفس قوله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ

ءَامَنُوا۟ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ﴾ [الحشر: ١٨]، يقول تعالى: لينظر أحدكم ما قدم ليوم القيامة من الأعمال: أمن الصالحات التي تنجيه، أم من السيئات التي توبِقُه؟.

قال قتادة: ما زال ربكم يقرب الساعة حتى جعلها كغد.

والمقصود: أن صلاح القلب بمحاسبة النفس، وفساده بإهمالها والاسترسال معها.

* * *

الفصل الخامس

فوائد محاسبة النفس

وفي محاسبة النفس عدة مصالح:

[الاطلاع على عيوب النفس]:

منها: الاطلاع على عيوبها، ومن لم يطلع على عيب نفسه لم يمكنه إزالته، فإذا اطلع على عيبها مقتها في ذات الله.

وقد روى الإمام أحمد عن أبي الدرداء قال: لا يَفْقَه الرجل كل الفقه حتى يمقت الناس في جنب الله، ثم يرجع إلى نفسه فيكون لها أشد مقتاً.

وقال مُطَرِّف بن عبد الله: لولا ما أعلم من نفسي لقَلَيْتُ الناس.

وقال مطرف في دعائه بعرفة: اللهم لا تردَّ الناس لأجلي.

وقال بَكْرُ بن عبد الله المُزَني لما نظرت إلى أهل عرفات ظننت أنهم قد غفر لهم، لولا أني كنت فيهم.

وقال أيوب السختياني: إذا ذكر الصالحون كنتُ عنهم بمعْزِل.

ولما احْتُضِرَ سفيان الثوري دخل عليه أبو الأشهب، وحماد بن سلمة، فقال له حماد: يا أبا عبد الله، أليس قد أمنت مما كنت تخافه؟ وتقدم على من ترجوه، وهو أرحم الراحمين، فقال: يا أبا سلمة، أتطمع لمثلي أن ينجو من النار؟ قال: إي والله، إني لأرجو لك ذلك.

وذكر ابن زيد عن مسلم بن سعيد الواسطي قال: أخبرني حَمَّاد بن جعفر ابن زيد: أن أباه أخبره قال: «خرجنا في غَزاةٍ إلى كابُل، وفي الجيش: صِلة

ابن أشْيَم؛ فنزل الناس عند العتمة، فصلوا ثم اضطجع، فقلت: لأرمقَنّ عمله، فالتمسَ غفلة الناس، حتى إذا قلتُ: هَدأت العيون وَثَب فدخل غَيْضَة قريباً منا، ودخلت على أثره، فتوضأ، ثم قام يصلي، وجاء أسد حتى دنا منه، فصعدت في شجرة فتراهُ التفت أو عَدَّهُ جَرْواً؟ فلما سجد قلت: الآن يفترسه، فجلس ثم سلم، ثم قال: أيها السبع، اطلب الرزق من مكان آخر. فولّى وإن له لزئيراً، أقول: تصدّع الجبال منه. قال: فما زال كذلك يصلي حتى كان عند الصبح جلس، فحمد الله بمحامد لم أسمع بمثلها، ثم قال: اللهم إني أسألك أن تجيرني من النار، ومثلي لا يجترئ أن يسألك الجنة؛ قال: ثم رجع وأصبح كأنه بات على الحشايا، وأصبحت وبي من الفزع شيء الله به عالم.

وقال يونس بن عبيد: إني لأجد مائة خصلة من خصال الخير، ما أعلم أن في نفسي منها واحدة.

وقال محمد بن واسع: لو كان للذنوب ريح ما قدر أحد يجلس إلى الأرض.

وذكر ابن أبي الدنيا عن الخلد بن أيوب قال: كان راهب في بني إسرائيل في صومعة منذ ستين سنة. فأُتِيَ في منامه. فقيل له: إن فلاناً الإسكافي خير منك - ليلة بعد ليلة - فأتى الإسكافي، فسأله عن عمله. فقال: إني رجل لا يكاد يمر بي أحد إلا ظننت أنه في الجنة وأنا في النار، ففضل على الراهب بإزْرائه على نفسه.

وذكر داود الطائي عند بعض الأمراء. فأثنوا عليه، فقال: لو يعلم الناس بعض ما نحن عليه ما ذلَّ لنا لسان بذكر خير أبداً.

وقال أبو حفص: من لم يتهم نفسه على دوام الأوقات، ولم يخالفها في جميع الأحوال، ولم يجرها إلى مكروهها في سائر أوقاته؛ كان مغروراً،

ومن ينظر إليها باستحسان شيء منها فقد أهلكها.

فالنفس داعية إلى المهالك، معينة للأعداء، طامحة إلى كل قبيح، متبعة لكل سوء، فهي تجري بطبعها في ميدان المخالفة.

فالنعمة التي لا خطر لها: الخروج منها، والتخلص من رقها، فإنها أعظم حجاب بين العبد وبين الله، وأعرف الناس بها أشدهم إزراء عليها، ومقتاً لها.

قال ابن أبي حاتم في تفسيره: حدثنا علي بن الحسين، حدثنا المقدسي، حدثنا عامر بن صالح عن أبيه عن ابن عمر: أن عمر بن الخطاب قال: اللهم اغفر لي ظلمي وكفري، فقال قائل: يا أمير المؤمنين، هذا الظلم، فما بال الكفر؟ قال: إن الإنسان لظلوم كفار.

قال: وحدثنا يونس بن حبيب، حدثنا أبو داود، عن الصلت بن دينار، حدثنا بقية بن صهبان الهنائي قال: سألت عائشة عن قول الله عزَّ وجلّ: ﴿ ثُمَّ أَوْرَثْنَا ٱلْكِتَٰبَ ٱلَّذِينَ ٱصْطَفَيْنَا مِنْ عِبَادِنَا ۖ فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِّنَفْسِهِۦ وَمِنْهُم مُّقْتَصِدٌ وَمِنْهُمْ سَابِقٌۢ بِٱلْخَيْرَٰتِ بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۚ ﴾ [فاطر: ٣٢]، فقالت: يا بنيّ، هؤلاء في الجنة، أما السابق بالخيرات فمن مضى على عهد رسول الله ﷺ شهد له رسول الله ﷺ بالجنة والرزق، وأما المقتصد فمن اتبع أثره من أصحابه حتى لحق به، وأما الظالم لنفسه فمثلي ومثلكم، فجعلتْ نفسها معنا.

وقال الإمام أحمد: حدثنا حجاج حدثنا شريك عن عاصم عن أبي وائل عن مسروق، قال: دخل عبد الرحمن على أم سلمة فقالت: سمعت النبي ﷺ يقول: (إنَّ مِنْ أَصْحَابي مَنْ لا يَرَاني بَعْدَ أنْ أمُوتَ أبَداً فَخَرَجَ عَبْدُ الرّحْمنِ مِنْ عِنْدَهَا مَذْعُوراً، حَتّى أتَاهَا فَدَخَلَ عَلَيْهَا، فَسَألَهَا، ثُمَّ قَالَ: أنْشُدُكِ بالله، أمِنهُمْ أنَا؟ قالتْ: لا، وَلَنْ أبَرّىءَ بَعْدَكَ أحَداً)[1].

---

(١) أخرجه الإمام أحمد في المسند: ٦/ ٢٩٨.

فسمعت شيخنا يقول: إنما أرادت: أني لا أفتح عليَّ هذا الباب، ولم ترد أنك وحدك البريء من ذلك دون سائر الصحابة.

[مقت النفس في ذات الله]:

ومقت النفس في ذات الله من صفات الصديقين، ويدنو العبد به من الله سبحانه في لحظة واحدة أضعاف أضعاف ما يدنو به بالعمل.

ذكر ابن أبي الدنيا عن مالك بن دينار، قال: إن قوماً من بني إسرائيل كانوا في مسجد لهم في يوم عيد، فجاء شاب حتى قام على باب المسجد، فقال: ليس مثلي يدخل معكم، أنا صاحب كذا، أنا صاحب كذا، يزري على نفسه، فأوحى الله تعالى إلى نبيهم: أن فلاناً صديق.

وقال الإمام أحمد: حدثنا محمد بن الحسن بن أنس، حدثنا منذر، عن وهب: أن رجلاً سائحاً عبد الله عز وجل سبعين سنة، ثم خرج يوماً فقَلَّل عمله وشكا إلى الله منه، واعترف بذنبه فأتاه آتٍ من الله فقال: إن مجلسك هذا أحب إليّ من عملك فيما مضى من عمرك.

قال الإمام أحمد: وحدثنا عبد الصمد، حدثنا أبو هلال، حدثنا قتادة قال: قال عيسى ابن مريم عليه السلام: سلوني، فإني ليِّن القلب، صغير عند نفسي.

وذكر أحمد أيضاً، عن عبد الله بن رباح الأنصاري، قال: كان داود ينظر أغمص حَلْقَةٍ في بني إسرائيل فيجلس بين ظهرانيهم، ثم يقول: يا رب مسكين بين ظهراني مساكين.

وذكر عن عمران بن موسى القصير قال: قال موسى: يا رب، أين أبغيك؟ قال: ابغني عند المنكسرة قلوبهم، فإني أدنو منهم كل يوم باعاً، ولولا ذلك انهدموا.

وفي كتاب (الزهد) للإمام أحمد: أن رجلاً من بني إسرائيل تعبد ستين سنة في طلب حاجة، فلم يظفر بها، فقال في نفسه: والله لو كان فيك خير لظفرت بحاجتك، فأتي في منامه، فقيل له: أرأيت ازدراءك نفسَك تلك الساعة؟ فإنه خير من عبادتك تلك السنين.

[معرفة حق الله تعالى]:

ومن فوائد محاسبة النفس: أنه يعرف بذلك حق الله عليه. ومن لم يعرف حق الله عليه، فإن عبادته لا تكاد تُجدي عليه، وهي قليلة المنفعة جداً.

وقد قال الإمام أحمد: حدثنا حجاج، حدثنا جرير بن حازم، عن وهب قال: بلغني أن نبي الله موسى عليه السلام مر برجل يدعو ويتضرع، فقال: يا رب!! ارحمه، فإني قد رحمته فأوحى الله إليه: لو دعاني حتى تنقطع قواه ما استجبت له حتى ينظر في حقي عليه.

فمن أنفع ما للقلب النظر في حق الله على العبد، فإن ذلك يورثه مقت نفسه، والإزراء عليها ويخلصه من العجب ورؤية العمل، ويفتح له باب الخضوع والذل والانكسار بين يدي ربه، واليأس من نفسه، وأن النجاة لا تحصل له إلا بعفو الله، ومغفرته ورحمته.

فإن من حق الله أن يُطَاع فلا يعصى، وأن يذكر فلا ينسى، وأن يشكر فلا يكفر.

فمن نظر في هذا الحق الذي لربه عليه علِم عِلْم يقين أنه غير مؤد له العبودية كما ينبغي، وأنه لا يسعه إلا العفو والمغفرة، وأنه إن أحيل على عمله هلك.

فهذا محل نظر أهل المعرفة بالله وبنفوسهم، وهذا الذي أيأسهم من أنفسهم، وعلق رجاءهم كله بعفو الله ورحمته.

وإذا تأملت حال أكثر الناس وجدتهم بضد ذلك، ينظرون في حقهم على الله، ولا ينظرون في حق الله عليهم. ومن ههنا انقطعوا عن الله، وحجبت قلوبهم عن معرفته ومحبته والشوق إلى لقائه والتنعم بذكره، وهذا غاية جهل الإنسان بربه وبنفسه.

فمحاسبة النفس:

هي نظر العبد في حق الله عليه أوّلاً.

ثم نظره: هل قام به كما ينبغي ثانياً.

وأفضل الفكرِ الفكرُ في ذلك، فإنه يُسَيِّر القلب إلى الله، ويطرحه بين يديه ذليلاً، خاضعاً منكسراً كسراً فيه جبره، ومفتقراً فقراً فيه غناه، وذليلاً ذلاً فيه عزه، ولو عمل من الأعمال ما عساه أن يعمل، فإنه إذا فاته هذا، فالذي فاته من البر أفضل من الذي أتى به.

وقال الإمام أحمد: حدثنا ابن القاسم، حدثنا صالح المري، عن أبي عمران الجَوْني، عن أبي الجلد: أن الله تعالى أوحى إلى موسى عليه السلام: وإذا ذكرتني فاذكرني وأنت تنتفض أعضاؤك، وكن عند ذكري خاشعاً مطمئناً، وإذا ذكرتني فاجعل لسانك من وراء قلبك، وإذا قمت بين يديّ فقم مقام العبد الحقير الذليل، وذم نفسك فهي أولى بالذم، وناجني حين تناجيني بقلب وَجِل ولسان صادق.

ومن فوائد نظر العبد في حق الله عليه أنه لا يتركه ذلك يدِلُّ بعمل أصلاً، كائناً ما كان، ومن أدلَّ بعمله لم يصعد إلى الله، كما ذكر الإمام أحمد عن بعض أهل العلم بالله أنه قال له رجل: إني لأقوم في صلاتي فأبكي حتى يكاد ينبت البَقْل من دموعي. فقال له: إنك إن تضحك وأنت تعترف لله بخطيئتك خير من أن تبكي وأنت تدل بعملك؛ فإن صلاة المدل لا تصعد فوقه.

فقال له : أوصني . قال : عليك بالزهد في الدنيا وأن لاتنازعها أهلها ، وأن تكون كالنّحلة ، إن أكلت أكلت طيباً ، وإن وضعت وضعت طيباً ، وإن وقعت على عود لم تضره ولم تكسره ، وأوصيك بالنصح لله عزَّ وجلّ نصح الكلب لأهله ، فإنهم يجيعونه ويطردونه ويأبى إلا أن يحوطهم وينصحهم .

ومن ها هنا أخذ الشاطبي قوله : وقد قيل :

كُـنْ كَـالْكَلْـبِ يُقْصِيـهِ أَهْلُـهُ ... ولا يَـأْتَـلِ فـي نُصْحِهِـم مُتَبَـذِّلا

وقال الإمام أحمد: حدثنا سيار، حدثنا جعفر، حدثنا الجُرَيري، قال : بلغني أن رجلاً من بني إسرائيل كانت له إلى الله حاجة ، فتعبد واجتهد ، ثم طلب إلى الله حاجته ، فلم ير نجاحاً ، فبات ليلة مزرياً على نفسه ، وقال : يا نفس ، ما لكِ لا تقضي حاجتك؟ فبات محزوناً قد أزري على نفسه وألزم نفسه ، فقال : أما والله ما من قبَلِ ربي أُتيت ، ولكن من قِبَلِ نفسي أتيت ، فبات ليله مزرياً على نفسه ، وألزمها الملامة ، فقضيت حاجته .

* * *